

## Arte Terapia e il lavoro con gli adolescenti: dal vissuto corporeo alla capacità di simbolizzazione

Mimma Della Cagnoletta, Loretta Salzillo



“ I sogni non fanno male. Fa male non viverli” scrive un adolescente sul suo disegno (Immagine 1). La scritta rinforza il piano dominante del disegno: non vi è solo un centro, con un cuore inscritto, ma anche un altro centro-sole irradiante che occupa tutta la parte destra del foglio e che sembra uscire dai margini, determinando un

movimento diagonale che, nel linguaggio pittorico, è espressione di cambiamento, direzionalità, azione.

Il centro ben presente e marcato e la direzione verso il fuori, l'esterno, segnano due elementi importanti per l'adolescente. La sua identità, un “io sono” in costruzione, e la tensione verso il cambiamento, un movimento interno che spesso si manifesta all'esterno con l'irrequietezza tipica dei ragazzi. A volte la tensione al movimento è contrastata dall'immobilità, la chiusura e l'irrigidimento, altre ancora possono essere presente sia agitazione che immobilismo, a fasi alterne, imprevedibili e improvvise.

Questo è il mondo dell'adolescenza, di cui questa frase sui sogni testimonia il contenuto affettivo. Infatti che cosa sono I sogni se non quadri degli affetti? Ogni sogno porta con sé desiderio e paura, che coesistono in ogni adolescente, contemporaneamente, a volte così prepotenti da essere inconciliabili e da farlo agire in modo incomprensibile, a sé stesso e a chi lo circonda.

Ipotizziamo che i sogni, in senso metaforico, cioè i quadri degli affetti, possano essere esplorati e quindi vissuti all'interno di un contesto di arte terapia, permettendo ai giovani di accostarsi alle esperienze emotive che temono e a quelle che desiderano, con una distanza di sicurezza.

La possibilità di esperire il contenuto del sogno, anche se questo contenuto non viene svelato, permette un'esperienza fondamentale per la crescita del soggetto.

In arte terapia, ogni esperienza viene vissuta in tre modalità<sup>1</sup>. Una prima che riguarda le percezioni corporee, un'altra che riguarda la dimensione estetico-formale ed una terza che mette in gioco il regno simbolico – narrativo.

In ognuna di queste modalità si intrecciano tre campi processuali quello dell'espressione, quello della comunicazione e quello dell'attivazione creativa.

Ognuno di questi tre campi ha una sua particolarità, che andremo descrivendo nel contesto adolescenziale.

---

1 Della Cagnoletta, Arte Terapia. La Prospettiva Psicodinamica. 2010 Carrocci, Roma

Iniziamo con il campo dell'espressione.

### **Espressione: livello corporeo**

Sappiamo che attraverso modalità non verbali abbiamo accesso a ricordi e memorie non verbalizzabili, quelle che sono state iscritte nella memoria implicita e riguardano esperienze corporee primarie. Una adeguata base corporea di esperienze buone è ciò che permette lo sviluppo di tutte le funzioni superiori, come il linguaggio e la simbolizzazione. Senza questa, l'adolescente è come una casa che deve stare in piedi ma è senza le fondamenta.

Attraverso l'espressione artistica, le basi corporee dell'esperienza possono riemergere, andando a costituire una storia dimenticata, o a volte mai sperimentata, come nei casi di ragazzi che hanno vissuti infantili di abbandono o violenza, i cui bisogni primari di sperimentazione corporea, di accudimento e di sostegno nel periodo di sviluppo, sono stati mancanti.

In altre parole, questi adolescenti non hanno sviluppato nell'infanzia, né un attaccamento sicuro, né una separazione solida.

Il livello corporeo dell'esperienza artistica è spesso rifiutato dall'adolescente, perché troppo vicino al suo corpo, generatore di ansia, bisogni e interrogativi senza risposte. I materiali artistici, inseriti pian piano rispettando e adeguandosi alle difese dell'adolescente, senza abatterle, permette un graduale avvicinamento ai suoi vissuti corporei.

In ognuna di queste immagini vediamo un aspetto diverso dell'esperienza corporea e come viene sperimentato dai ragazzi. I lavori rimangono senza parole, testimonianza di vissuti e accettati come tali, senza doverne parlare.

Nell'immagine 2, il vissuto è così antico che il ragazzo cerca una scatola dove mettere la sua materia, una pappa molle e informe. Ricorda i lavori fatti nella scuola dell'infanzia, se non fosse stato poi aggiunto un tratto decorativo con ordine e precisione



Nell'immagine 3, la materia tiene da sola, non ha più bisogno di contenitore esterno. C'è una forma, ma una forma che ha dei buchi, forse delle mancanze o delle ferite, ma anche la possibilità di far uscire qualcosa e creare un contatto. Sembra una delle forme primarie che i bambini disegnano quando hanno imparato a chiudere una linea

Immagine 4: bucare e perforare tenere e raccogliere, quanti livelli di espressione contiene questo lavoro! Nessuno si può avvicinare né entrare dentro perché il reticolo è fitto ed impenetrabile. La sabbia tiene ed è tenuta





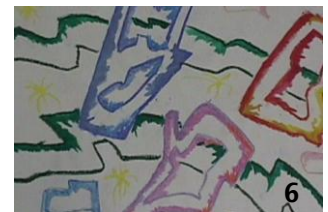
Immagine 5: aprirsi, un'espressione quasi opposta a quella di prima, vulnerabilità ed apertura sono tutt'uno con questo delicato lavoro di una ragazza in contrapposizione a quello del ragazzo dell'immagine precedente.

Se guardiamo queste immagini in sequenza, vengono in mente i passaggi evolutivi del bambino, dalle esperienze informi, al trovare una forma, all'andare in verticale, al definire un nucleo di sè, concentrico. Attraverso la ripetizione di antiche esperienze, l'adolescente si riappropria di parti di sè.

### **Espressione: livello formale**

Spesso quando il vissuto corporeo è troppo carico di emozioni, forti e contrastanti, conducendo l'adolescente a fenomeni di scissione e negazione, si genera un rifiuto per materiali troppo morbidi e incontrollabili, e i giovani trovano nella modalità estetico-formale un terreno espressivo più adeguato, dal quale ricavare una sorta di controllo e di benessere che è dato dalla capacità di organizzazione e dalla soddisfazione di padroneggiare gli strumenti artistici, che produce un aumento o un consolidamento di autostima, per aver fatto qualcosa che viene riconosciuta ed apprezzata.

Forme difensive vengono usate in modo espressivo, come questo lavoro (immagine 6) che utilizza linee dritte e nette, a zig zag e appuntite, ma in modo ordinato ed equilibrato per gestire un vissuto aggressivo, o in quest'altro



(immagine 7) in cui qualcosa di interno viene difeso, attraverso una serie di linee che proteggono dall'esterno. Ambedue le composizioni sono state ammirate per il loro aspetto, "da duro" la prima, "morbido", la seconda, andando a definire aspetti di identità maschile e femminile, non sempre accettati o riconosciuti.

A volte anche la traccia corporea, tecnica usata dagli arte terapeuti per lavorare sul corpo, può essere elaborata a livello formale, cioè perdere la sua connotazione di corpo e diventare altro, in un tentativo estremo di negare ogni percezione corporea, vissuto e memoria legata al corpo (immagine 8).



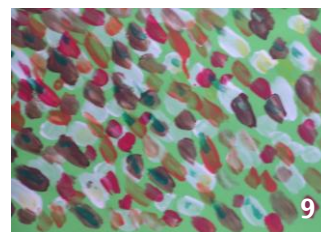
Un'altra possibilità che l'adolescente ha nel campo espressivo è quella di utilizzare la modalità simbolico-narrativa

### **Espressione: livello simbolico-narrativo**

Nelle immagini 9, 10, 11, si vede il passaggio da un'espressione formale, ripetitiva, in cerca di un equilibrio che difenda dall'angoscia (9), ad un lavoro che si permette

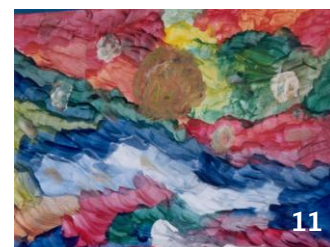


una scarica aggressiva attraverso la tecnica pittorica del graffiare, pur mantenendo un livello formale di equilibrio ed organizzazione (10), per poi dar vita ad un'altra possibilità espressiva, un dipinto che incomincia a raccontare di sè, attraverso una sfera marrone, simbolo di



sè e del suo peregrinaggio in mondi carichi di colore, identificazione di movimento di emozioni vive e presenti, anche nella loro drammaticità (11).

Il livello simbolico, infatti, apre alla possibilità di riconoscimento e di modulazione affettiva.



Quando l'adolescente esprime, non è detto che il campo della comunicazione sia sgombro, ovvero che l'espressione sia mirata a /o permetta un dialogo con l'altro. Spesso è espressione di sè come una scarica, aggressiva e violenta, altre volte è come un rinchiudersi nel proprio mondo e lasciare gli altri fuori, altre ancora è espressione stereotipata o intellettualizzata che non ammette emozioni, né lascia spazio ai rimandi degli altri. Solo se l'arte terapeuta è capace di accogliere e contenere saldamente l'espressione dell'adolescente, si può aprire una comunicazione tra l'adolescente, la sua opera e il terapeuta.

Anche la comunicazione avviene attraverso le tre diverse modalità:

### **Comunicazione: livello corporeo**

visibile nel gruppo che si incontra e lavora su di un unico pezzo di creta, producendo una forma unica, poco differenziata, evocatrice di pezzi di corpo (immagine 12)



### **Comunicazione: livello estetico-formale**

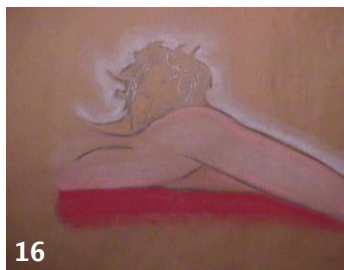


Pur trattando di temi legati al corpo, la comunicazione passa attraverso elementi formali come nella comunicazione tra questi due ragazzi (immagine 13) che disegnano interazioni tra parti di corpo sullo stesso foglio, con uno stile che rende difficile differenziarli. L'incontro comunicativo tra i due ragazzi, espressione di una fusione momentanea, produce una sorta di contatto affettivo che permette loro in seguito, di sviluppare il

proprio stile personale, ovvero di differenziarsi e di individuarsi. Solo dopo un buon incontro, possiamo separarci.

Se l'incontro è frustrante rimaniamo dipendenti da esso e confusi con l'altro.

Così i due ragazzi sviluppano uno stile espressivo diverso, formando nuclei d'identità, il primo ragazzo attraverso immagini lacerate (immagine 14), per giungere ad una definizione dura, aggressiva e sessuata (immagine 15).



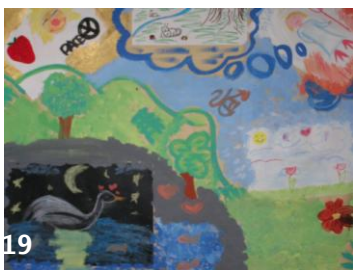
Il secondo, attraverso aspetti più morbidi e femminili, (immagine 16 e 17), in una dimensione più asexuata.



In gruppo la comunicazione può passare attraverso il livello estetico – formale, come l'immagine 18 di una scultura di gruppo, risultato di un lungo processo, che vede apparire linguaggi estetici diversi – ovvero stili pittorici differenti, da quello di Dalì, a quello di Arcinboldo, a quello di Munch – che differenziano le varie personalità, ma allo stesso tempo, collegano i membri del gruppo dando ad ognuno la possibilità di identificarsi con lo stile dell'altro.



### Comunicazione: livello simbolico-narrativo



In questa dimensione l'adolescente è in grado di parlare di sé attraverso delle immagini simboliche, che a volte nascono spontaneamente e stupiscono anche chi le ha prodotte, (immagine 19), riconoscendosi

improvvisamente in un protagonista del regno animale, oppure producendo una storia che nasce da elementi



bizzarri ma che narra qualcosa di autobiografico (immagine 20), altre ancora in modo



consapevole, andando a cercare un'immagine che parli di un'ideale da raggiungere, un sé agognato e desiderato (immagine 21).

Il terzo piano processuale dell' arte terapia è costituito dall' attivazione creativa, ovvero un'azione tesa a dar forma a qualcosa di esterno, un oggetto percepibile ai sensi, che è frutto di un movimento di esternalizzazione ma anche di costruzione. L'attivazione creativa è ciò che caratterizza l'arte terapia ed è un mezzo potente perchè restituisce una possibilità di fare e quindi di essere, anche al ragazzo più nascosto, impaurito e ritirato. Permette inoltre una scarica motoria mirata, che se non è ancora una trasformazione di pulsioni aggressive o sessuali, almeno le contiene e le distoglie dalla meta primaria.

L'attivazione creativa è ciò che permette il processo di trasformazione che può essere testimoniato dal passaggio dalla scultura informe, espressione corporea diretta, senza nome e quindi non simbolizzabile, ma

espressa in questo oggetto, quasi una metafora concreta del



loro vissuto, (immagine 22), ad una rappresentazione che abbiamo definito estetico-formale, (23) in cui il riconoscimento di sè passa attraverso lo stile pittorico, aprendo la porta alla narrazione simbolica, all' “io sono come...”.



Gli adolescenti amano la dimensione grupppale, attraverso cui la loro individualità viene a rafforzarsi. Oggetti

identificativi , legati ai vestiti, alla musica, ai tatuaggi o ai piercing , creano un “corpo collettivo”, più forte e sicuro di quello individuale, che sancisce un'identità riconosciuta e riconoscibile. Ma il gruppo può essere anche difficile da gestire, perchè può inglobare il singolo, intrappolarlo in comportamenti aggressivi o autolesivi, oppure può respingere, estraniare ed isolare quell'adolescente che tenta di mantenere degli elementi identificatori personali e diversi dai compagni, ma è troppo debole per reggere l'attacco e il confronto del gruppo.

Nel gruppo di arte terapia, l'uguaglianza e la diversità, legate a volte a contenuti innominabili, possono essere espressi, comunicati e messi in forma, testimoniando un'esistenza spesso difficile da capire o da tollerare.

Fondersi- separarsi, incontrarsi- salutarsi, prendere- dare sono le esperienze che continuamente vengono esperite nel gruppo, permettendo la costruzione o ricostruzione di quella base sicura su cui costruire la propria identità.

Abbiamo incominciato questa relazione con una immagine che parlava del titolo di questo convegno e vorremmo terminare con un'altra che cita il sogno, a testimonianza che in un'epoca della vita come l'adolescenza, che nella società contemporanea è più che mai difficile e contraddittoria, aspra e crudele, ma anche ricca, aperta e desiderosa, il dialogo creativo, con sè, con gli altri, tra pari e tra generazioni ed esperienze diverse, è ciò che può far crescere, come dice l'ultima immagine ( 24) :



“almeno in questo sogno offrirmi la possibilità di avere risposte”.